



โรงพยาบาลจุฬารัตน์  
CHULABHORN HOSPITAL

วางแผนการดูแลรักษา  
ตนเองล่วงหน้า



“ทุกชีวิตของคนไข้คือหัวใจของเรา”

# วางแผนการดูแลรักษาตนเองล่วงหน้า ใคร ๆ ก็ทำได้ ไม่ต้องรอให้ป่วยหนัก

การวางแผนดูแลรักษาตนเองล่วงหน้า เป็นการเลือกวิธีการดูแลรักษาไว้ล่วงหน้าสำหรับการเจ็บป่วยระยะสุดท้าย หรือเมื่อภาวะการเจ็บป่วยนั้น ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ โดยท่านสามารถสื่อสารให้สมาชิกในครอบครัว บุคลากรสาธารณสุขที่ดูแลท่านได้ทราบ หรือแสดงเจตนาในหนังสือแสดงเจตนา (Living will) ตามพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2550 มาตรา 12 ไว้ ในขณะที่ท่านยังสบายดี หรือกำลังเจ็บป่วยด้วยโรคในระยะใดก็ตาม เพื่อความไม่ประมาท หากการเจ็บป่วยในระยะสุดท้ายนั้นมาถึงตัวท่านในอนาคตโดยไม่คาดคิดท่านจะได้มีแผนการดูแลตนเองเตรียมไว้เป็นอย่างดี



## ข้อดีของการวางแผนการดูแลรักษาตนเองล่วงหน้า

1. ท่านได้วางแผนเลือกวิธีการดูแลการรักษา และตัดสินใจที่จะรับการรักษาหรือไม่รับการรักษาอะไรด้วยตนเอง
2. เลี่ยงความทุกข์ทรมานจากเหตุการณ์ย่อยชีวิตต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นโดยไม่จำเป็นเมื่ออยู่ในระยะสุดท้ายของชีวิต
3. ลดความขัดแย้งระหว่างครอบครัว และทีมผู้ให้การรักษา
4. ช่วยลดความเครียดและความวิตกกังวลของท่านและครอบครัว

## ผู้ป่วยระยะท้ายกับการรักษาเพื่อยื้อชีวิต

เมื่อร่างกายเกิดโรคที่รุนแรง อวัยวะสำคัญต่าง ๆ เช่น หัวใจหรือปอดอาจทำงานล้มเหลว ในกรณีที่การเจ็บป่วยนั้นสามารถรักษาให้หายได้ แพทย์จะมีวิธีการต่าง ๆ เพื่อยื้อชีวิตของผู้ป่วยไว้ในเบื้องต้น เช่น การปั๊มหัวใจ (CPR) การกระตุ้นหัวใจด้วยไฟฟ้า การใส่ท่อช่วยหายใจ การให้ยากระตุ้นการทำงานของหัวใจ เป็นต้น

แต่ในกรณีที่การเจ็บป่วยนั้นเป็นโรคที่รักษาไม่หาย หรือผู้ป่วยอยู่ในระยะท้าย วิธีการยื้อชีวิตต่าง ๆ นั้นอาจไม่คุ้มกับประโยชน์ที่ผู้ป่วยจะได้รับ เนื่องจากอาจทำให้ผู้ป่วยเกิดความทุกข์ทรมานมากขึ้นและยาวนานขึ้น แม้จะสามารถยืดชีวิตออกไปได้ก็อาจเป็นชีวิตที่ไม่มีคุณภาพ และไม่นานเมื่อร่างกายของผู้ป่วยไม่สามารถทนกับโรคได้อีกต่อไป ผู้ป่วยก็จะเสียชีวิตในที่สุด

ดังนั้น ท่านและครอบครัวจึงควรรู้จักวิธีการยื้อชีวิตต่าง ๆ ไว้ในเบื้องต้นและคำนึงถึงข้อดี-ข้อเสียของวิธีการเหล่านี้ให้ถี่ถ้วน จะได้สามารถวางแผนดูแลตนเองล่วงหน้าได้อย่างชัดเจนตรงตามความต้องการมากที่สุด

## หัตถการยื้อชีวิตที่พบบ่อย มีดังนี้

### 1. การปั๊มหัวใจ (CPR) และการกระตุ้นหัวใจด้วยไฟฟ้า

การปั๊มหัวใจ คือ การช่วยเหลือเมื่อหัวใจหยุดเต้นโดยการกดหน้าอกเพื่อกระตุ้นหัวใจจากภายนอกให้หัวใจกลับมาเต้นได้อีกครั้ง ซึ่งอาจทำร่วมกับการกระตุ้นหัวใจด้วยไฟฟ้าโดยใช้ไฟฟ้าจากเครื่องปล่อยกระแสไฟฟ้ากระตุ้นหัวใจผ่านผิวหนังบริเวณหน้าอก



#### ข้อดี

- หัวใจกลับมาเต้นอีกครั้ง ยืดชีวิตของผู้ป่วย

#### ข้อเสีย

- รู้สึกเจ็บและไม่สบายจากกระแสไฟฟ้าและการโดนกดบริเวณหน้าอกหลายครั้ง
- กระดูกซี่โครงหรือกระดูกหน้าอกอาจแตกหักจากแรงกด
- ผู้ป่วยที่หัวใจกลับมาเต้นอีกครั้ง อาจอยู่ในสภาวะไม่ตอบสนองใดๆ และไม่มีสติรู้ตัว

## 2. การใส่ท่อช่วยหายใจและเครื่องช่วยหายใจ

คือ การสอดท่อพลาสติกเข้าทางปาก โดยปลายท่อช่วยหายใจ จะอยู่ในหลอดลมที่กำลังจะแยกเข้าสู่ปอด ส่วนท่ออีกด้านจะต่อเข้ากับเครื่องช่วยหายใจ หัตถการนี้แพทย์จะทำเมื่อระบบหายใจของผู้ป่วยล้มเหลวจนไม่สามารถหายใจเองได้ หรือทำเมื่อผู้ป่วยหมดสติไม่รู้สึกรู้ตัวเพื่อพยุงทางเดินหายใจของผู้ป่วย



### ข้อดี

- ช่วยพยุงการทำงานของระบบหายใจ

### ข้อเสีย

- รู้สึกรำคาญ เจ็บในปากและคอ
- ไม่สามารถสื่อสารด้วยการพูดได้
- ต้องนอนติดเตียงตลอดเวลา

ทั้งนี้ ผู้ป่วยที่ใช้เครื่องช่วยหายใจ มักจำเป็นต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิดที่หอผู้ป่วยวิกฤต (ICU) ซึ่งอาจมีข้อจำกัดเรื่องการเข้าเยี่ยมของครอบครัวอีกด้วย

## 3. การเจาะใส่ท่อหลอดลมคอ

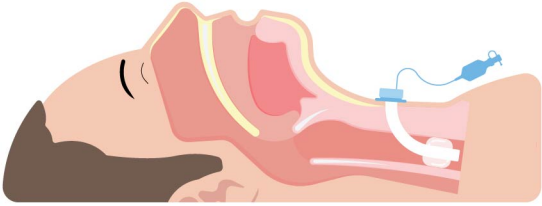
คือการผ่าตัดขนาดเล็กเพื่อเปิดช่องทางเดินหายใจบริเวณคอ ซึ่งจะทำเมื่อผู้ป่วยมีภาวะทางเดินหายใจส่วนบนถูกปิดกั้นจากสาเหตุต่าง ๆ เช่น ก้อนมะเร็ง จนไม่สามารถใช้จมูกหรือปากหายใจได้ หรือทำเมื่อผู้ป่วยต้องใส่ท่อช่วยหายใจและใช้เครื่องช่วยหายใจมานานกว่า 2 สัปดาห์

### ข้อดี

- ช่วยให้ผู้ป่วยสามารถหายใจได้ในกรณีทางเดินหายใจส่วนบนถูกปิดกั้น
- ช่วยลดภาวะแทรกซ้อนจากการใส่ท่อช่วยหายใจเป็นเวลานาน และทำให้สามารถดูแลได้ง่ายขึ้นในกรณีที่ผู้ป่วยจำเป็นต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ

## ข้อเสีย

- อาจรู้สึกเจ็บ รำคาญ ไม่สบาย
- สื่อสารโดยใช้เสียงลำบากมากขึ้น
- อาจทำให้เสียความมั่นใจในสังคมจากภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนไป



## 4. การให้ยากระตุ้นหัวใจ

คือ การใช้ยาเพื่อกระตุ้นระบบไหลเวียนโลหิตให้กลับมาเป็นปกติ เมื่อความดันโลหิตต่ำลงจากสาเหตุต่าง ๆ เช่น หัวใจบีบตัวน้อยลง หรือมีภาวะช็อค

## ข้อดี

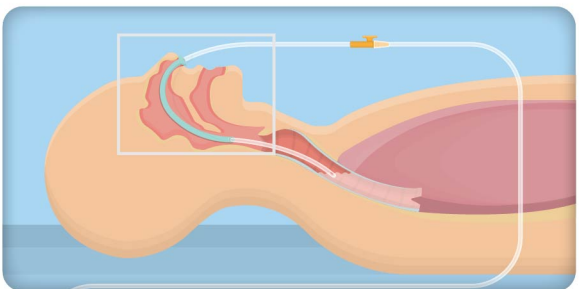
- ทำให้ระบบไหลเวียนเลือดทำงานได้ดีขึ้น

## ข้อเสีย

- หากใช้ยาปริมาณสูง อาจทำให้ปลายมือปลายเท้าขาดเลือดไปเลี้ยงจนเนื้อเยื่อตาย
- อาจทำให้เกิดภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ

## 5. การใส่สายยางให้อาหารทางจมูก

คือ การใส่สายยางเข้าทางรูจมูกผ่านคอลงไปถึงกระเพาะอาหาร เพื่อให้อาหาร น้ำ หรือยาในกรณีที่ผู้ป่วยที่ไม่สามารถรับประทานอาหารทางปากได้หรือรับประทานอาหารได้น้อย อย่างไรก็ตาม ประโยชน์ด้านการยืดชีวิตนั้นไม่ชัดเจนนักในผู้ป่วยระยะสุดท้าย และอาจทำให้รู้สึกเจ็บคอ รำคาญ และมีแผลในจมูกได้



## 6. การฟอกล้างไต

คือ การรักษาผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังระยะสุดท้าย หรือไตวายเฉียบพลัน จากสาเหตุต่าง ๆ เพื่อกรองและกำจัดของเสียที่สะสมอยู่ในเลือด ออกไปและช่วยให้สมดุลในร่างกายของผู้ป่วยโรคไตอยู่ในภาวะที่ใกล้เคียงปกติที่สุด โดยแพทย์จะทำการเปิดหลอดเลือดดำใหญ่ เพื่อทำการฟอกเลือดร่วมกับการใช้เครื่องล้างไต ซึ่งอาจทำให้ผู้ป่วยรู้สึกเจ็บและไม่สบายได้

นอกจากนี้ ยังมีเหตุการณ์อื่น ๆ ที่อาจสร้างความทุกข์ทรมานแก่ผู้ป่วยได้มาก ไม่คุ้มค่ากับประโยชน์ที่จะได้รับเมื่อชีวิตอยู่ในระยะสุดท้าย เช่น การให้สารอาหารทางหลอดเลือดดำ หรือการเจาะเลือด ซึ่งการเลือกไม่รับการดูแลด้วยวิธีการต่าง ๆ เหล่านี้มิได้หมายความว่าท่านจะถูกทอดทิ้งหรือไม่รักษา แต่ท่านยังจะได้รับการดูแลด้วยวิธีอื่นเพื่อความสบาย เช่น การให้คำแนะนำหรือให้ยาเพื่อบรรเทาอาการต่าง ๆ อยู่เสมอ

เมื่อท่านสำรวจความต้องการด้านการดูแลสุขภาพของท่านล่วงหน้าจนพบแล้ว กรุณาแจ้งให้แพทย์หรือบุคคลใกล้ชิดของท่านทราบ และหากท่านต้องการทำหนังสือแสดงเจตนา (Living will) ไว้อย่างเป็นทางการอักษรเพื่อการสื่อสารที่ชัดเจน ท่านสามารถขอตัวอย่างหนังสือแสดงเจตนาดังกล่าวจากแพทย์หรือพยาบาลของโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ได้

หากท่านมีข้อสงสัยใด ๆ เกี่ยวกับการวางแผนดูแลตนเองล่วงหน้า โปรดอย่าลังเลที่จะปรึกษาพูดคุยกับแพทย์หรือพยาบาลประจำตัวของท่าน





หน่วยพยาบาลคลินิกการแพทย์ผสมผสานผู้ป่วยมะเร็ง  
และญาติ ชั้น 14 อาคารศูนย์การแพทย์มะเร็งวิทยาจุฬารัตน์

วัน - เวลาทำการ

จันทร์ - ศุกร์

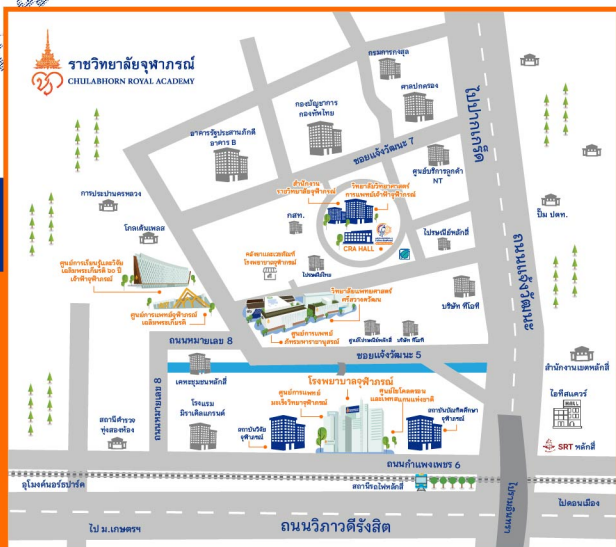
08.00 - 16.00 น.



0 2576 6168 หรือโทร 06 4217 4951

จัดทำโดย

หน่วยพยาบาลคลินิกการแพทย์ผสมผสานผู้ป่วยมะเร็งและญาติ



โรงพยาบาลจุฬารัตน์

906 ถนนกำแพงเพชร 6 แขวงตลาดบางเขน  
เขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร 10210

[www.chulabhornhospital.com](http://www.chulabhornhospital.com)



@Chulabhornhospital



YouTube | Chulabhorn Channel